

Kursplan

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	7:00-7:45 Yoga		7:00-7:45 Yoga	
9 – 18 UHR				
			9:00-9:45 Wirbelsäulengymnastik	
		17:30-17:50 Bauch-Special	17:30-18:30 Pilates	18:00-19:00 ZEN- Meditation
18 – 22 UHR				
18:00-18:20 Bauch-Special	18:00-19:00 Pilates	18:00-19:00 Laufkurs	18:30-19:30 Thai Bo	19:00-20:00 Yoga
18:00-19:00 Yoga	19:00-20:00 Flexi&Ganzkörpertraining	18:00-19:00 Step-Aerobic		20:00-21:00 Karate
19:00-19:20 Bauch-Special	20:00-21:00 Yoga	19:00-19:20 Bauch-Special		
19:00-20:00 Karate	21:00-22:00 Karate	19:00-20:00 BBP		
20:15-21:15 IndoorCycling		20:15-21:15 IndoorCycling		
				Mo, Mi und Fr 10- 22 Uhr Di und Do 8- 22 Uhr
				Sa und So 10- 14 Uhr Feiertage nach Aushang